młoda matka

TREŚĆ NUMERU:



T. zw. dobry wygląd a zdrowie dziecka.

Dobry wygląd dziecka stanowi od dawna przedmiot trosk i dumę matek. Nie pomoże znane przysłowie: „habit nie czyni mnicha”, bo według wyglądu sądzimy o zdrowiu dziecka, jak to zobaczymy niżej, nie zawsze słusznie.

„Rumiany jak jabłuszko — zdrów jak rydz” mówimy o wielu niemowlętach i dzieciach starszych. Doświadczone gospodynie wiedzą, że nie zawsze rydze są zdrowe, a lekarze i niektóre (niestety, tylko nieliczne) matki i wychowawczynie, nie zachwycają się bynajmniej rumianą cerą błyszczących, jakby polakierowanych policzków dziecięcych, wiedząc, że mogą to być oznaki schorzenia, zwanego skazą wysiękową, które w pewnym stopniu upośledza prawidłowy rozwój dziecka.

Piękne, dobrze odżywione niemowlę, czy dziecko starsze, przewyższające nieomal w dwójnasób wagę swoich rówieśników, może wykazywać często dziwną skłonność do zaburzeń żołądkowo-jelitowych, katarów, przeziębień itp. schorzeń.

Niejedna z matek zdumiewa się trwożnie, stwierdzając, że każde najprostrze na pozór schorzenie przebiega u jej wypielęgnowanego, dobrze odkarmionego synka o wiele cięższej niż u szczupłego, ale jędrnego dziecka jej przyjaciółki.

„On tak świetnie ważył przed chorobą, a teraz, przez zwykłe, małe przeziębienie tak zmizerniał od razu, że połowy dziecka nie ma“ — skarży się wiele matek, nie zdając sobie sprawy, że przyczyną tego bywa często nadmierna dbałość o ukochane maleństwo, wyrażająca się w przekarmianiu go, dbałość polegająca na schlebianiu upodobaniom smakowym i obżarstwie małego łakomczuszka. O zdrowiu i prawidłowym rozwoju psycho - fizycznym dziecka świadczy nie tylko jego dobry wygląd (rumiana cera jest często wyrazem jedynie ukrwienia skóry), ale prawidłowy, nie nadmierny przyrost wagi, ędrność i gładkość skóry i całego ciałka dziecka, a przede wszystkim jego odporność na warunki zewnętrzne i choroby.

Dużą uwagę zwracać należy również na samopoczucie i humor dziecka, gdyż u wszystkich, a zwłaszcza u dzieci, zdrowie idzie w parze z wesołością.

Dobre odżywianie polega na równomiernym podawaniu odpowiednich ilości wody (płynów), oraz wszystkich składników, potrzebnych dla rozwoju dziecka. Wszyscy spożywamy i dzieciom naszym podawać musimy odpowiednią ilość białka, zawartego przeważnie w mleku, jajach i mięsie, tłuszczów, węglowodanów, zawartych w cukrze, mąkach, owocach itp. oraz witaminach, za-

wartych w świeżych owocach, tranie i jarzynach. Brak witaminów prowadzi do ciężkich schorzeń, zwanych awitaminozami — sprzyja rozwojowi znanej wszystkim krzywicy (angielskiej choroby).

Równie niebezpiecznym jest nadmiar pożywienia w ogóle, lub też nadmierne podawanie jednego z głównych jego składników tj. białka, tłuszczu, czy węglowodanów, ponad rzeczywistą potrzebę i granice wytrzymałości aparatu trawiennego dziecka.

Wszyscy wiemy, że przejadanie się prowadzi u dorosłych do otyłości i innych schorzeń, zwanych złą przemianą materji, zupełnie niepodejrzewanych i niedocenianych u dzieci przez matki i opiekunki.

Łakome niemowlę lub dziecko spożywa nadmierną ilość pożywienia, a zwłaszcza węglowodanów (cukry, słodycze), a mamusia cieszy się, że dziecko dobrze wygląda, ba! nawet w oczach tyje, nie spostrzegając, że tłuszcz przerasta w nadmiernej ilości miękkie pozbawione jędrności ciałko dziecka.

Razem z tłuszczem gromadzi się w ustroju nadmierna ilość wody.

I oto Jaś, wyglądający do niedawna jak pączek w maśle, często choruje na brzuszek, miewa odbijania i wymioty, pokrzywki i wypryski na ciele, przeziębia się łatwo, a w wypadku choroby zakaźnej — przechodzi ją ciężko, z licznymi powikłaniami. A przede wszystkim, za lada powodem, nawet przy zwykłym katarze bardzo chudnie, „wysycha do połowy".

I tak jest rzeczywiście: „nalane" ciałko dziecka traci wodę, „wysycha" przy nieomal każdym schorzeniu, jak worek, z którego wypuszczono wodę.

A wszystkiemu temu winno jest przekarmianie dzieci, którego możemy uniknąć, sprawdzając ich wagę, (w odpowiednich tablicach), czy informując się u lekarzy stacyjnych, czuwając nad jej równomiernym, nie nadmiernym przyrostem.

Waga może nam służyć jako wartościowy wskaźnik w trosce o zdrowie i rozwój naszych dzieci.

Pamiętajmy więc o tym, że, jak wspominałam wyżej, o zdrowiu dziecka świadczy nie tylko jego wygląd, ale i jędrność, odporność, humor i prawidłowy, nie nadmierny przyrost wagi.

Harmonia tych wszystkich czynników daje dziecku piękno zdrowia nie tylko na kilka tygodni, czy miesięcy, ale na długie lata, nieomal na całe życie.

Dr Zofia Chrempińska.

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Dzień małego dziecka (około 1 roku).



Dzień dobry! Dziecko wstało.



Trzeba utrwalić wczoraj zdobytą umiejętność — „kocie łapki“ bez trzymania się!



Zaraz po pierwszym śniadaniu — na nocniczek.



A teraz zabawa przy stoliku: to takie ciekawe, tyle razy otwierać i zamykać pudełeczko!



Albo dziecko bawi się w kojcu. Gdy na dworze niezbyt zimno, kojec wystawia się na balkon (ew. na podwórze).



Już mamusia niesie „ham - ham"! Przed 2-gim śniadaniem przerywa się zabawę, dziecko czeka na krzesełku.



Gdy jest ładnie, jedziemy na spacer w wózku spacerowym, oglądać „wielki świat".



W czasie niepogody chowamy się w wózku pod budą, a wózek wystarczy wystawić na balkon. (Na zdjęciu—moment przebudzenia się).

Dziecko może spać na spacerze.

Dr M. Zaks.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Kilka uwag o t. zw. „preparatach tranowych".

1. *Co to są „preparaty tranowe"?*

Są to środki lecznicze, zawierające tran, wyciągi z tranu lub też tylko najważniejszy jego składnik — witamin przeciwkrzywiczy.

2. *Jakie to są leki?*

Do najważniejszych z nich zaliczamy: emulsje tranowe, Iradiomalt, Jemalt, Jecostand, Sanasol, Actitran, Vitavit, Vigantol, Sterogyl. Również Jecorol zawiera pewną ilość witaminu przeciwkrzywiczego.

3. *Czy wartość lecznicza tych preparatów jest jednakowa?*

Nie, bardzo różna.

4. *Czy te preparaty mogą zastąpić podawanie tranu?*

Tak, ale niektóre z nich są w działaniu znacznie silniejsze od tranu, bo zawierają witamin przeciwkrzywiczy w bardzo dużym stężeniu, np. Vitavit, Vigantol, Sterogyl, Actitran.

5. *Czy te silnie działające środki można podawać dziecku „na własną rękę"?*

Bezwzględnie nie można. Leki te mogą być stosowane wyłącznie z przepisu lekarza.

6. *Dlaczego?*

Bo nieodpowiednio dawkowane, mogą dziecku zaszkodzić.

7. *Jak się stosuje inne, mniej silne preparaty, jak np.: emulsje tranowe, Jemalt, Sana-sol itp.?*

Dawkowanie tych leków jest bardzo zbliżone do dawkowania tranu (patrz „Mł. M." Nr. 21).

8. *A czym one różnią się od tranu?*

Lepszym smakiem i zawartością różnych dodatkowych składników leczniczych, jak: witaminy, przetwory wapnia, fosforu itp.

9. *Jak się zorientować, który z tych preparatów jest najodpowiedniejszy dla danego dziecka?*

Najlepiej będzie i w tym przypadku wybór leku i sposób jego stosowania pozostawić lekarzowi.

10. *Czy te preparaty tranowe wymagają, podobnie jak tran, przechowywania w chłodnym i ciemnym miejscu?*

Tak.

Dr P. Wójciak.

Dlaczego szczepimy dzieci przeciw dyfterytowi (błonicy)?

W poprzednim artykule (Mł. Matka Nr 21 z dn. 1.XI.1938 r.) omówiłem zasięg akcji szczepiennej w Warszawie i innych większych ośrodkach miejskich, szczepionkę, jaką stosuje się do uodpornienia dzieci zdrowych przed zachorowaniem na dyfteryt, czyli t. zw. anatoksynę, wskazania i przeciwwskazania do szczepień, sposób przeprowadzania szczepień i kwestię t. zw. odczynów poszczepiennych. W uzupełnieniu tych danych dodać jeszcze pragnę, że z wielu krajów, sąsiadujących z Polską, nadchodzą alarmujące wieści o wzroście epidemii błonicy, która panuje zwłaszcza w większych miastach. Tak więc w Niemczech w 1928 r. chorowało na dyfteryt 46905 dzieci, a w 1937 r. o 100.000 dzieci więcej. Czechosłowacja wykazuje w 1928 r. liczbę zachorowań 12.800, a 1937 r. liczba ta dochodzi do 32.000. Na Litwie stwierdza się w porównaniu z 282 przypadkami w 1928 r. aż 2.162 przypadki w roku 1937. W Polsce wzrost zachorowań również daje się zaobserwować, jakkolwiek, na szczęście, nieznaczny (10.500 przypadków w 1928 r. — 17.600 przypadków w r. 1937).

Pamiętać jednak musimy, że nic nie stoi na przeszkodzie wtargnięciu fali epidemii od sąsiadów do naszego kraju, że jedyną barierą, jaką przeciwstawić moglibyśmy najazdowi niebezpieczeństwa, jest masowe, powszechne i bodaj przymusowe szczepienie zapobiegawcze zdrowych dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym.

Z kolei dla zobrazowania strony naukowej zagadnienia, to znaczy dla wytłomaczenia, czym kierują się lekarze, wstrzykując dzieciom szczepionkę i dlaczego taki zabieg powinien odbić się korzystnie na zdrowiu dziecka — zajmiemy się nieco bliżej kwestią t. zw. odporności. Cóż to jest owa odporność, o której tyle się mówi i która jest troską rodziców i lekarzy, opiekujących się dorastającym pokoleniem?

Otóż każda choroba zakaźna (a błonica jest taką właśnie chorobą), zostaje wywołana przez wtargnięcie do ustroju człowieka odpowiedniego zarazka. Zarazki błonicy nazywamy pałeczkami Loefflera i można je oglądać pod mikroskopem, jeśli pobrać dziecku, choremu na dyfteryt, nieco śluzu z gardła. Jak zachowuje się organizm po wtargnięciu wroga—zarazka? Czy, zaskoczony niespodziewanym najazdem, poddaje się losowi i cofa się przed napastnikiem bez walki, czy też, przeciwnie, mobilizuje swe siły obronne i rozpoczyna z najeźdźcą regularną wojnę? W zetknięciu z zarazkami zachodzi ta druga właśnie okoliczność: ustrój broni się, walczy, usiłuje zniweczyć szkodnika. Bronią w tej walce organizmu z zarazkami są t. zw. ciała odpornościowe, które wytwarzają się we krwi, skoro tylko zarazek do zdrowej krwi przeniknie. Każdy zarazek wywołuje we krwi tworzenie się specjalnych tworów, skierowanych ściśle przeciw zarazkom danego gatunku. A więc zakażenie tyfusem prowadzi do powstania ciał odpornościowych przeciwtyfusowych, zakażenie gruźlicą — ciał przeciwgruźliczych itp. Co więcej, pewne rodzaje bakteryj, jak właśnie zarazek dyfterytu, wytwarzają jad, truciznę, która rozprzestrzenia się we krwi i atakuje zdrowe tkanki.

Otóż organizm na tę odmianę napaści odpowiada również natychmiastowym tworzeniem przeciwjadów, które niszczą szkodliwy wpływ trucizny, wytworzonej przez zarazek. W tym zmaganiu się dwóch sił — napastnika i broniącego się przed nim organizmu zachodzą dwie możliwości. Albo siły obronne organizmu są na tyle skuteczne, produkcja ich na tyle szybka, a celność wymierzonych przeciw mikrobom i ich jadom pocisków na tyle trafna, że sprawa kończy się klęską najeźdźcy (mówimy wówczas, że organizm okazał się oporny na chorobę), albo, przeciwnie, obrona organizmu załamuje się, niszczycielska siła jest nie do zwalczenia — choroba wybucha i szerzy spustoszenie lub wręcz prowadzi do śmierci.

Nauka od dawna, znając ten mechanizm odporności, szukała dróg, na których możnaby było sztucznie zasilić organizm w ciała odpornościowe, stworzyć potężną rezerwę, wspierającą naturalny proces odporności.

Po długich i żmudnych badaniach okazało się, że najlepszym sposobem sztucznego uodpornienia organizmu ludzkiego jest wprowadzenie doń osłabionych i odpowiednio zmienionych zarazków lub ich jadów. Są to właśnie szczepionki, a anatoksyna błonicza jast tak przyrządzo-

nym jadem błonicy. Wprowadzenie szczepionki w żadnym wypadku nie powoduje wystąpienia choroby, gdyż każda szczepionka pozbawiona jest znpełnie siły chorobotwórczej. Natomiast zdolność pobudzenia organizmu do wytwarzania odpowiednich ciał odpornościowych, jest w każdej szczepionce olbrzymia.

Dlatego też szczepienie przeciwbłonicze w znakomitej większości przypadków zabezpiecza przed zachorowaniem.

Tak w krótkości przedstawia się odpowiedź na pytanie: dlaczego szczepimy dzieci przeciw błonicy?

Dr Mieczysław Szeynman.

O najczęstszych błędach przy wykonywaniu zabiegów pielęgnacyjnych u dzieci.

II. Ignaś jest rozkosznym czteromiesięcznym, młodym człowiekiem. Wujkowie i ciocie zachwycają się dzieckiem, które uśmiecha się do wszystkich. Ignaś wyciąga rączki do zabawek, wrażliwy na wszystkie dźwięki. Babcia twierdzi nawet, że Ignaś z przyjemnością słucha koncertów radiowych! Jednak rodzice mają z Ignasiem dużo kłopotów. Dziecko ma bardzo zły apetyt i od pierwszych tygodni życia, przy lada okazji, wymiotuje. Przy karmieniu dziecka odbywa się cały teatr. Piastunka podaje Ignasiowi jedzenie, a rodzice i babcia skaczą dookoła dziecka, by przez pokazywanie najróżnorodniejszych zabawek, zachęcić go do jedzenia.

Ponieważ Ignaś nie przybywał na wadze, rodzice udali się do lekarza. Lekarz po zbadaniu zakazał bawić dziecka. Zabawki skonfiskowano, radio umilkło na dłuższy czas. Ignaś został pozostawiony samemu sobie, na spacerze w cieniu drzew spędza całe dnie. Dziecko po kilku tygodniach przestało zupełnie wymiotować, apetyt poprawił się znacznie a Ignaś wyglądał niczym cyganiątko.

Czym sobie to wszystko tłumaczyć?

U dzieci pobudliwych t. zw. neuropatycznych, zjawiają się często wymioty, nie z powodu zmian chorobowych, ale z powodu wzmożonej pobudliwości układu nerwowego. Wymioty następują najczęściej wkrótce po jedzeniu i są zwykle niezależne od ilości i jakości pokarmu. Poza nieprawidłowym, to jest niewielkim przybytkiem wagi, nie stwierdza się innych ujemnych stron tego stanu. Nie należy zatem przedwcześnie bawić niemowlęta zabawkami, radiem, muzyką i śpiewem, co działa jeszcze bardziej pobudzająco na u-

kład nerwowy, ale odwrotnie — ograniczyć ilość podniet. Małe dzieci najlepiej pozostawić samym sobie. Spacery w słońcu, wśród zieleni parków, regularne odżywianie, spokój, zapewnią dziecku zdrowie psychiczne i fizyczne w dostatecznej mierze.

III. Jasio zachorował! Nagle dziecko zaczęło skarżyć się na ból brzuszka, wystąpiły przytym mdłości i wymioty. Dziecko z bólu skuliło się i leży cichutko na kanapie. Ponieważ Jaś wymiotował niestrawionymi pokarmami, więc mamusia uważa, iż jest chory na żołądek. Biedny Jaś! Musiał pić rycynę, po której w kilka godzin pojawiła się uporczywa biegunka. Zamiast ulgi, leczenie zastosowane przez mamusię spotęgowało jeszcze ból brzucha i biegunkę.

W wypadkach zaburzeń żołądkowo-jelitowych, których objawem są wymioty, ból brzucha, nie należy stosować bezkrytycznie środków przeczyszczających. Wymioty mogą być, tak samo objawem prostej niestrawności, jak i zapalenia ślepej kiszki czy otrzewnej, w których to stanach nie wolno dawać na przeczyszczenie.

W przypadku więc zaburzeń żołądkowo-jelitowych nie należy zbyt pochopnie stosować środków przeczyszczających. Głodówka lub ścisła dieta może dać w tych przypadkach znacznie lepsze wyniki, a w każdym razie nie przyniesie szkody.

Dr K. Ereciński.

D. c. n.

Ze skrzynki do listów.

Czy wcześniejsze wyrzynanie się ząbków u dzieci jest zjawiskiem niepożądanym?

Pani Cecylii N. w Chrzanowie.

W fizycznym rozwoju niemowlęcia istnieje pewien plan, pewna kolejność, pewien jeśli tak można się wyrazić kalendarzyk wydarzeń. U dziecka, rozwijającego się normalnie, można, do pewnego stopnia, z góry przewidzieć kiedy ono zacznie podnosić główkę, chwytać przedmioty, poznawać swoje najbliższe otoczenie, kiedy i w jakiej kolejności zjawią się pierwsze ząbki, a kiedy następne itp.

Słowem, wielowiekowa obserwacja rozwoju dziecięcego zarówno psychicznego, jak i fizycznego, pozwoliła na ustalenie pewnego planu. pewnego szablonu, według którego odbywa się rozrost ustroju dziecięcego i rozwój jego inteligencji.

Oczywista, że jeżeli mówimy o pewnych terminach, w których winien odbywać się kolejny rozwój dziecka pod względem fizycznym i umysłowym, to terminy te są tylko w przybliżeniu ścisłe, ot tak, brane z gru-

ba; nie ma tu żadnej ścisłości, mniejsze lub większe odchylenia są tu dość częste.

Jeżeli chodzi o wyrzynanie się pierwszych ząbków u dziecka, to terminem od dawna ustalonym jest 6—8 miesiąc życia niemowlęcia.

Następne ząbki wyrzynają się kolejno w 2—3 miesięcznych odstępach.

Nie ma w tym nic złego, jeżeli wyrzynanie się pierwszych ząbków jest trochę opóźnione, i to się często zdarza.

Daleko jednak częściej zdarza się na ogół, że pierwszy ząbek wyrzyna się znacznie wcześniej niż w podanym wyżej terminie.

Takie przedterminowe wyrzynanie się ząbków u niemowląt zjawia się coraz częściej. Coraz częściej spotyka się niemowlęta, u których pierwszy ząbek wyrzyna się w piątym, a niejednokrotnie w czwartym miesiącu. Słowem przyjęty ogólnie termin wyrzynania się pierwszego ząbka u niemowlęcia — koniec pierwszego lub początek drugiego półrocza życia — ulega zmianie, a mianowicie przyśpieszeniu.

Dlaczego tak jest, trudno na to odpowiedzieć. Prawdopodobnie nie pozostaje bez wpływu na to zjawisko coraz większe przenikanie i utrwalanie się zasad należytej higieny w najszerszych warstwach społeczeństwa. Widzi się zwłaszcza niekiedy pod tym względem postęp w dziedzinie higieny dziecka.

To przyśpieszenie wyrzynania się ząbków u dziecka idzie w parze z wcześniejszym siadaniem, wstawaniem chodzeniem itp. To samo można zaobserwować w jego rozwoju umysłowym.

A zatem, w wieku elektryczności i radja, rozwój fizycznych i umysłowych władz niemowlęcia uległ przyśpieszeniu.

Czy te wcześniejsze ząbki są mniej wartościowe? Nie ma podstaw, żeby tak sądzić. Choć słyszy się dość często, jak matki boją się zbyt wczesnych ząbków u swoich dzieci, sądząc, że wartość ich jest mniejsza od wyrzynających się później; obawy te jednak nie są uzasadnione.

Niech więc Pani nie martwi się zawczasu, że wyrzynający się pierwszy ząbek u Jej maleńkiego, 4 miesięcznego synka jest zwiastunem wczesnego wystąpienia próchnicy w późniejszym wieku.

Dr St. Średnicki

Zabawki dla dziecka.

(W pierwszym roku jego życia).

II.

Za wcześnie zwykliśmy dawać dziecku pierwszą zabawkę.

Śpieszymy z wielkimi grzechotkami i pomponami, chcąc małemu przybyszowi zrobić jak najprędzej przyjemność, a tymczasem, przez parę pierwszych miesięcy życia, dziecko musi być pozostawione jak najbardziej sobie samemu. Rola świata zewnętrznego musi być sprowadzona do najkonieczniejszego minimum. Bo dziecko musi w ciszy i w samotności zapuścić w życie swe wątłe korzonki, jak sadzonka, której dajemy z początku jak najbardziej jałową ziemię, by mogła się do niej łatwiej dostosować. Unikanie wszelkich zbytecznych wrażeń, to jedyna korzystna dla niemowlęcia nasza postawa.

Z daniem dziecku pierwszej zabawki trzeba czekać, aż ono samo zapotrzebuje świata zewnętrznego,— trzeba cierpliwie czekać, aż ono samo wyciągnie po ten świat rączkę. Wtedy dopiero możemy przyjść do niego z zabawką, jako z fajką pokoju — do tego małego dzikuska, który dotąd tak niechętnie i nieufnie— niemal wrogo — wchodził do tego obcego świata, w którym mu kazano żyć.

To wyciągnięcie rączki dziecka do świata — w jakimś 2-gim czy 3-cim miesiącu życia — jest to właściwie wyciągnięcie rączki — po świat. I jest punktem zwrotnym jego życia: mała larwa przebiła zbroję swej samotności i zeszła z jej wyniosłych wyżyn, by stanąć w zawody twórcze.

Pierwszą dziedziną twórczości dziecka są jego własne sprawności, które ćwiczy. Bo przymierze, jakie nam niosła, wyciągnięta po świat rączka dziecka, jest ułudą, gdyż natychmiast przekształca się ono w podbój. I oto dziecko kuje sobie na ten podbój broń: ćwiczy swe czynności. I oto jest pierwsza jego twórczość.

Te swoje czynności urabia dziecko na pierwszym lepszym dostępnym mu materiale. Żadne wyłączne własności przedmiotów w tym okresie rozwojowym dziecka, nie przedstawiają dla niego wartości. Wystarcza mu w zupełności ta ogólna właściwość przedmiotów, że są, a więc, że można je schwycić, że

można je zanieść do buzi, że można je cisnąć o ziemię, że można nimi potrząsać...

W tym pierwszym okresie aktywności, dziecko nie umie nawet zrobić wyboru między zabawkami i jeśli mu podać kilka przedmiotów, schwyci ono natychmiast to, na które padną jego zawsze chciwe oczka.

Ale tu człowiek dorosły może już wkroczyć z chęcią zrobienia dziecku przyjemności i może za niego dokonać wyboru. Bo jeśli da się w tym okresie (dopiero w tym okresie, znaczy prawie $^1/_2$-rocznemu dziecku) grzechotkę do potrząsania nią, to sprawi ona dziecku wyraźną przyjemność, gdy np. potrząsanie własnym pantoflem nie daje mu przeżyć tak intensywnie radości ćwiczenia funkcji potrząsania. To samo jest z rzucaniem na ziemię. O ile milej jest dziecku ciskać przedmiot brzęczący niż miękkiego pluszowego kota, którym lubimy tak bezsensownie w tym okresie obdarzać dziecko (sprawę higieny zabawek wyłączam z tego rozważania). A o ileż radośniej uderzać pałeczką w bębenek niż łyżką o stół. Katarynka do kręcenia, piszczące zabawki gumowe — to wszystko zabawki, które stoją na czele tego pochodu, który świat wysyła dziecku na zawarcie z nim przyjaźni. Ale to czoło pochodu nie jest właściwym pochodem zabawek, bo raczej w tym okresie więcej łudzimy siebie samych, że nasza pomoc jest potrzebna dziecku, niż to jest naprawdę.

W końcu pierwszego roku życia dochodzi dziecko do napełniania jed-

nego przedmiotu drugim: skarpetki swoje — zdziera z grubych łydeczek i wpycha żarliwie do kubeczka, lub w uchyloną szufladę, z której dotąd wszystko namiętnie wyrzucało. Teraz wsuwa do szuflady wszystko, co leży w promieniu działalności jego ruchliwych rączek. I oto teraz nadchodzi pierwsza chwila, kiedy przedmiot może dać dziecku coś ze swych wyłącznych własności i to nie jako dodatkową przyjemność, a jako narzędzie do pracy — może mu ofiarować możność napełniania go.

Pojawiły się teraz w handlu nowe zabawki, uwzględniające te dwie pasje dziecka, przeżywającego okres napełniania i piętrzenia: wkładane w siebie kolorowe miseczki, które są prostsze w użyciu, niż kanciaste sześciany, tak dotąd rozpowszechnione u odbiorców tego wieku. Sześciany, które trzeba umieć bokami do siebie dopasować, oraz dla piętrzenia — kolorowe kółka z dziurką we środku, służącą do nanizywania ich na drewniany szpikulec na podstawce.

Ten rodzaj zabawek staje się więc tą pierwszą prawdziwą zabawką,

którą dziecko bawi się po raz pierwszy specyficznie, (używając jej zresztą nadal i do nie specyficznych posług, jak do potrząsania nią, gryzienia, ciskania itp.). Po raz pierwszy zabawka okazuje się dla dziecka potrzebna.

I odtąd, raz przestąpiwszy wrota Sezamu, dziecko będzie doń ciągle po nowe skarby wracało.

Do nas należy, by wynosiło z niego to, co mu jest właśnie do rozwoju potrzebne.

Dr J. Doroszewska.

Piosenki, wierszyki, baśnie i bajeczki.

Przegląd książek.

W poprzednim numerze pisałam, że literaturę dla dzieci tworzą dziś artyści i ludzie, znający psychikę dziecka, że utwory dla najmłodszych zaczynają osiągać poziom i wartość, o czym świadczą tegoroczne wydawnictwa dla dzieci. Pojawił się bowiem cały szereg dziełek przemyślanych, starannie i efektownie wydanych. Prawdziwą rozkoszą nietylko dla najmłodszych jest przerzucanie kartonowych stronic, pokrytych tłustym drukiem i ozdobionych oryginalnie zespolonymi z tekstem ilustracjami. Niestety, książki te przez swą wysoką cenę są zupełnie dla szerszych warstw niedostępne. Literatura dla dzieci zdobywa poziom, lecz daleka jest od demokratyzacji. Na rynku księgarskim odczuwa się brak tanich, a jednak kontrolowanych przez czynniki kompetentne wydawnictw, które stanowiłyby nie produkt arystokratyczny, lecz trafiły do rąk uboższej dziatwy. Wzorowo urządzone czytelnie publiczne dla dzieci, nie mogą zastąpić *własnej książki.* Stworzenie popularnej biblioteczki dla dzieci jest palącą potrzebą chwili i miejmy nadzieję, że w przyszłym roku można już będzie pojawienia się tego rodzaju wydawnictwa zasygnalizować. Na razie jednak trzeba z pozycji istniejących uczynić wybór dla każdego dostępny i to wybór, którego sporządzaniu będą przyświecać dwa zadania: uzgodnienie wartości książki z przystępną ceną, oraz wykazanie że nawet przy pewnych możliwościach finansowych nie należy kupować bezkrytycznie „ostatnich nowości".

* * *

Już począwszy od pierwszego działu—piosenek i „przypowiastek" dla najmłodszych, musimy sięgnąć do jednego z dawniej wydanych zbiorków: „Sroczka kaszkę warzyła" i „Koszałki Opałki" Rogoszówny. Dotąd stanowią one niewyczerpane źródło prostych melodii oraz prymitywnych i wdzięcznych sposobów przemówienia do dziecka.

Spośród książeczek obrazkowych dla najmłodszych, trudno polecać tanie i nie odznaczające się dobrym gustem albumy.

Dziś już powszechnie wiadomo, że zewnętrzny wygląd książki ma dla małego czytelnika ważne znaczenie. Statystyka, na wystawie sekcji bibliotek dziecięcych w Warszawie (październik) wykazała, że największym powodzeniem spośród 20-tu baśni cieszyło się opowiadanie według filmu kolorowego „Trzy małe świnki". Bajecznie „kolorowe" i zabawne obrazki, stanowią dla dziecka nieprzepartą przynętę, choćby książka ta nie miała wielkiej wartości.

Ten sam charakter — poza dawniej wydanymi „Trzema małymi świnkami" i „Fletem zaczarowanym" ma najnowsza „Królewna Śnieżka" w opracowaniu Ireny Tuwim, niewiele wnosząca do znanej baśni ze zbioru braci Grimmów. Książka kosztuje 4 zł. i stanowić będzie niewątpliwie dużą atrakcję dla dziecka, lecz posiada niewielką wartość artystyczną.

W dziale ilustrowanych wierszyków przede wszystkim należy wymienić trzy najnowsze zbiorki Juliana Tuwima, należące do wspomnianej już „arystokratycznej" literatury dziecięcej, są to: „Słoń Trąbalski", „O panu Tralalińskim" i „Zosia Samosia". (Wyd. Przeworskiego, cena od 4.50 do 6 zł.). Wysoki poziom tych wierszyków nie potrzebuje reklamy, wydanie jest piękne, ilustracje pełne inwencji. A jednak..., tak, istnieje małe „jednak". Książeczki te nie są tak bardzo odpowiednie dla dzieci, jakby się na pierwszy rzut oka wydawać mogło, choć stanowią najbardziej uroczą lekturę dla wszystkich, którzy mają do czynienia z dziecięcym światkiem. Czyż bowiem dziecko może zrozumieć taki humorystyczny „trick" w wierszyku o trzech kaczuszkach, z których jedna jest biała — druga czarna, a trzeciej... wcale nie ma?— lub głęboki psychologiczny sens imaginacyjnego kłamstwa „Grzesia Kłamczucha"? Znaczna część tych wierszyków jest zbyt subtelna, zbyt przerozumowana dla prostego umysłu dziecka, w innych znowu wątpliwe jest, czy małego czytelnika ubawią takie łatwiutkie słowne igraszki: „...Jego szofer—tralalojer i kucharka—tralabarka, pokojówka—tralabówka i gazeciarz—tralaleciarz",... czy nie pomyśli sobie, że to „za dziecinne". To samo da się powiedzieć o wydanym przed kilku miesiącami zbiórka Jana Brzechwy „Tańcowała igła z nitką", gdzie wspaniałe pomysły humorystyczne kojarzą się z nieco filozoficznym dowcipem, a częstokroć opierają na skomplikowanych słownych igraszkach. Mniej tych cech występuje natomiast w wydanej rok temu „Lokomotywie" Tuwima (zawrotna cena 7 zł. 50 gr).

Książki Tuwima i Brzechwy należą do tego samego typu — wesołych wierszyków, opartych na intelektualnych pomysłach i jakby na zabawie w słówka. Należy się obawiać, czy w tego rodzaju utworach nie braknie dziecku koniecznej dlań atmosfery uczuciowej. Atmosferę tę daje natomiast równie pięknie i sta-

rannie wydana książka Zofii Nawrockiej „Były raz sobie 4 krasnoludki" (cena zł. 5.—). Nie pozbawiona pewnej czułostkowości, książeczka ta posiada jednak ogromną zaletę: serdeczną wzruszeniowość treści. Atrakcyjną ciekawostką tej książki są ilustracje robione przez dzieci.

Niesłychanymi pomysłami odznaczają się—opracowane według tekstu i ilustracji Einara Noreliusa przez Jana Brzechwę „Krasnoludki w ciepłych krajach" i „2 małe krasnoludki" (cena po zł. 5.—). Książeczki te ożywiają świat dziecięcej fantastyki przez pomieszanie przyrody i wynalazków. Wobec rozwoju lotnictwa i postępu technicznego trzeba było sięgnąć do bardziej nowoczesnych „cudów", niż „dywany latające". Oto krasnoludki budują okręt z krokodyla, łódkę z banana, łódź podwodną z zakorkowanej butelki i patefon z płytą poruszaną przez chrabąszcza. Należy się tylko obawiać, by dzieci nie wzięły zbyt serio zakończenia tej uroczej książeczki, która radzi im wyprawić się na hulajnodze „zagajnikiem do strumyka, a strumykiem powolutku aż do kraju krasnoludków".

Dla dzieci nieco starszych od 7—8 lat można polecić piękne książeczki A. Chilne'a tłumaczone przez Irenę Tuwim: „Kubuś Puchatek" i „Chatka Puchatka" (po zł. 4.—). Nikogo, kto zna „Alę w krainie czarów", nie trzeba przekonywać, jak szlachetny i pełen wdzięku jest styl angielskiej literatury dziecięcej. Duże natomiast zastrzeżenia budzi—przeznaczony także dla dzieci „Uparty chłopiec" Janusza Korczaka (o życiu Pasteur'a). Znawca duszy dziecięcej pisze co prawda pięknie o dzieciach, lecz nie dla dzieci. Sztucznie prymitywny i szarpany styl utworu, musi nużyć i męczyć dziecko.

Od wyliczenia tych nowych i drogich książek przechodzę do dawniejszych i tańszych, dostępnych dla szerszej publiczności. Nie można się dziwić, że rodzice z zainteresowaniem śledzą nowe zdobycze w literaturze dziecięcej, lecz lepiej jest poczekać, aż dana pozycja ustali swą poczytność, zjedna sobie sympatię ogółu czytelników. Czyż nie lepiej nabyć na razie jedną z tych miłych książeczek: Baczyńskiej „Wacek i 6 jego siostrzyczek", (1 zł. 60 gr.), Juszkiewiczowej „Małpka, Tombo i ja", (1 zł. 50 gr.) lub Januszewskiej „Jak polska pyza wędrowała" (1 zł. 50 gr.), książeczkę, łączącą humor, swojskość i wdzięk stylu, ze zręcznie podsuniętymi wiadomościami o życiu i przyrodzie ojczystego kraju? W tym samym formacie co ostatnia z wymienionych książek, wyszły w tym roku u Arcta trzy niedrogie tomiki: J. Porazińskiej „Złozucha kłamczucha", Or-Ot'a „Leśna królawna" i Z. Różyckiego „O Czarnoksiężniku i jego niegrzecznym synku" (od 1.20 do 1.60). Jeśli nie podkreślam dobitnie tej chwalebnej inicjatywy, to dlatego po prostu, że poziom wydawnictwa pozostawia wiele do życzenia. Zacny Or-Ot jest już dziś mocno przestarzały, baśń Różyckiego jest zupełnie bezwartościowa, jedynie 4 opowiadania Porazińskiej zasługują na polecenie, choć nie są najlepsze spośród jej utworów.

Jeśli już mowa o baśniach, warto zaznaczyć, że cały niemal cykl baśni Krzemienieckiej, Januszewskiej, Korczakowskiej można nabyć po cenie zł. 2 do 2.40 częściowo w „Naszej Księgarni", częściowo w „Księgarni literackiej" (Zielna 6). I tutaj przeważnie bardziej godne polecenia są rzeczy dawniejsze: Januszewskiej „O kocie co faję kurzył" (mniej „O chłopcu drewnianym"), Krzemienieckiej „Baśń o trzech siostrzyczkach", „Bajeczka z podwóreczka", „O leniuchach lekkoduchach" (mniej „Bajki niezapominajki"). No i warto pamiętać o tym, że miła książeczka Bogusławskiego „Jak Kaczorek Kwaczorek przez Gdańsk do Gdyni popłynął" kosztuje tylko... 40 groszy. Przy kupowaniu innych tanich wydawnictw należy uważać; np. pewne księgarnie sprzedają tanio dawne „różowe książeczki", spośród których wiele zostało zdyskwalifikowanych przez komisję ministerialną jako bez wartości. Urozmaiconym, choć droższym upominkiem jest rocznik „Słonka" i „Płomyczka" lub „Małego Płomyczka" (zł. 6 i 4 — w oprawie 5 i 3, w oddzielnych numerach, do których można sporządzić teczkę).

Przypominam także o sympatycznej, a mało znanej „wesołej książce o prawidłach chodzenia po ulicach" J. Porazińskiej p. t. „Hej z drogi" (cena 1 zł. 50 gr.). Na zakończenie wreszcie dodam, że tej samej autorki „W Wojtusiowej izbie" winno stać się podstawą każdej dziecięcej biblioteczki. Niech ta bibioteczka kształtuje duszę dziecka przez długie lata; nie powinno być w niej ani jednego tomiku, którego z pewnym pożytkiem nie będzie mogło przeczytać dziecko następnego pokolenia, choć nie będzie to już „ostatnia nowość"...

Krystyna Kuliczkowska.

Zbliża się wieczór wigilijny.

Jakże wzrusza nas zawsze wieczór wigilijny, chwila zapalania świeczek na choince, oglądanie podarunków i śpiewanie kolęd.

Od najdawniejszych lat tradycja ta zachowała się w rodzinach polskich i to zarówno w ubogim domu przy skromnym zielonym drzewku, jak i przy bogato przystrojonych ogromnych choinach. I tu i tam śpiewa się kolędy, a pod drzewkiem znajduje podarunki.

Niezawsze kolędy są dobrze śpiewane. Nie w każdej rodzinie znajdą się osoby, które głosem pewnym utrzymują melodię i pamiętają słowa. Słowa zresztą łatwo jest znaleźć w książkach do nabożeństwa, natomiast trudniej jest o dokładnie wyśpiewaną melodię. W wielu wypadkach można byłoby temu zaradzić. W licznych przecież domach w miastach i na głębokiej wsi we dworach, znajduje się fortepian, który mógłby uprzyjemnić nie jedną chwilę w wieczór wigilijny. Ileż jest osób, umiejących grać, które latami nie tkną klawiszy, a które mogłyby się przyczynić do uświetnienia tego jedynego w roku wieczoru przez akompaniament, śpiewającym kolędy.

Z tą myślą podaję kilka wydawnictw kolęd w najłatwiejszym układzie na fortepian: *„12 kolęd" A. Lewandowskiego* ze słowami. Brzmią one muzycznie dobrze i są bardzo łatwe do wykonania. Kosztuje 1.80. Wydawnictwo Arcta.

„Zbiór kolęd" w układzie St. Niewiadomskiego, zawierający dużą ilość (60) kolęd ze słowami. Układ fortepianowy nieco trudniejszy, jednak dosyć łatwy. Szata harmoniczna bogata; a dobór kolęd bardzo piękny. Kosztuje 4.80.

„Duży zbiór kolęd": „W dzień Bożego Narodzenia" Fr. Barański (70 kolęd). Ze słowami, z łatwym akompaniamentem fortepianowym. Kosztuje 3 zł.

„Kolędy i pastorałki" cz. I. (30 kolęd. St. Rączka. Z akompaniamentem fortepianu. Cena 6 zł.

„Kolędy polskie" w układzie na jeden, lub dwa głosy, na jedne, lub dwoje skrzypiec, na jedną, lub dwie mandoliny. Opracował C. Kozietulski. Cena 1.80, (60 kolęd). Wyd. Gebethner i Wolff.

Dla czytelniczek na prowincji dodam, że wystarczy wysłać kartkę pocztową z zamówieniem do jednej z większych księgarni, a w kilka dni otrzyma się za zaliczeniem pocztowym nuty. Należy zrobić to jednak zawczasu, aby można było płynnie przygotować akompaniament, śpiew, czy grę na fortepianie, skrzypcach, mandolinie. Będzie to miły i pożyteczny prezent dla rodziny i bliskich.

M. Tańska-Jezierska.

Święta Bożego Narodzenia.

Dziwne to święta, jedyne w roku. Jeśli mówi się „w czasie świąt", „zaraz po świętach" itp. to w myśli mamy tylko Święta Bożego Narodzenia, żadne inne. Wspominając o innych określamy je bliżej. Tylko te są dla nas „świętami".

Wigilia, dzień uroczysty, a przytym taki ciepły, tyle rzewnych uczuć porusza, tyle tradycyj zachowuje. Może gra w nas prasłowiańskie wspomnienie „Godów", które przypadały na zimowe przesilenie dnia z nocą (22.XII), „Godów", których obrzędy przechowały się do dziś w naszych zwyczajach świątecznych, w chodzeniu z turoniem, (niedźwiedziem i kozą) misteriach. na cześć sił przyrody, upostaciowanych w zwierzętach miłych lub groźnych. A może porusza tak nasze serca to małe bezradne Dzieciątko, złożone na sianku w niedoli i chłodzie. Zadrga serce każdej matki miłowaniem, gdy słyszy „Lulajże Jezuniu, moja perełko", wszak ona też tuli do serca malutką istotkę, tak bardzo jej bliską w swej bezradności, bo macierzyństwo dziwnie otwiera serca kobiet na płacz nietylko swoich lecz i cudzych dzieci. A może najbardziej działa na nas sentyment wspomnień dzieciństwa, gdyż zachowując tradycje, powtarzając zwyczaje, jakie chowano w domu rodzinnym, wracamy w tych dniach do swych lat beztroskich i podświadomie zadzierzgamy nową nić, podając dzieciom naszym radości przez nas w ich wieku przeżyte?...

Zwyczajów i przesądów, związanych z dniem wigilijnym jest mnóstwo, na wsi, naturalnie więcej niż w mieście, ale i tu wiele z nich się przestrzega.

A więc uważa się, że, jak się spędzi dzień wigilijny i co się podczas niego będzie robiło, taki będzie rok cały. Należy więc np. wcześnie wstać, by cały rok nie leniuchować; nie sprzeczać się, by w zgodzie żyć rok cały. Zapewne bardzo to wygodny przesąd dla matek, którym dzieci, ciekawe wszelkiej nowości a podniecone, zbliżającą się uroczystością. plątały się pod nogami, wadząc się z sobą o lepsze miejsca. Do domu pierwszy powinien wejść młody chłopiec lub dziewczyna, byle nie stara baba, bo to pomyślność na rok przyszły psuje, śmieci się nie wyrzuca w dniu tym, bo by się bogactwo z nimi wyrzuciło: nie wiesza się też nic w kuchni do suszenia, by się od chorób odżegnać, nie pożycza się ognia sąsiadom, (w mieście chybaby trzeba przenieść ten przesąd na zapałki) i wiele jeszcze innych przesądów wigilijnych przytoczyć by można, tych jednak chyba wystarczy, aby pokazać ile to ludziom przesądnym przybywa w życiu kłopotów.

Po skromnym posiłku południowym, zaczynają się przygotowania

do wilii. Uroczysta ta wieczerza tym szczególna, że jak Polska długa i szeroka i w pałacach, i w miejskich domach, i chatynkach, zagubionych wiosek, wszędzie je się taką samą wieczerzę. Naturalnie są pewne różnice w wystawności, czy w przyprawianiu potraw dzielnicowych, np. mazowieckie łamańce z makiem, małopolskie kluski też z makiem, litewski kiesiel z makowym mleczkiem, ale mak być musi, nawet w kresowej kutii. Musi też być równa liczba biesiadników, a nie równa (9) potraw. Wszędzie wchodzą w skład tej wieczerzy, ryby, grzyby, kapusta, miód, suszone owoce i ten mak (może słowiański symbol bogactwa), a więc płody ziemi, którymi się cieszymy na „Gody". A przedewszystkim dzielenie się opłatkiem, której to tradycji żaden dom polski nie pominie (dzielenie się chlebem). A poza tym? Stół nakryty białym obrusem, pod obrus podścielone siano' na wspomnienie Tego, który w dobrowolnym ubóstwie na sianku spoczął. Siano to z pod obrusa wyciągać będą biesiadnicy, wróżąc z wyglądu trawy i parzystej ilości wyciągniętego siana, młodzi o rychłym weselu, starzy o doli na rok przyszły. Od stołu wigilijnego wstawać nie wolno, póki nie zje się najgłówniejszych potraw. Jakaż to męka dla dzieci, szczególniej, gdy wieczerza wystawniejsza!

Nareszcie koniec, biegną, potykając się o snopy zboża w kątach poustawiane, naturalnie na wsi, bo w mieście i o siano trudno. Otwierają się drzwi. Blask świateł upragnionej choinki, ustrojonej miłującymi rękami rodziców, z myślą o radości malców, a trochę dla siebie, na wspomnienie. Stają wszyscy w koło, w wielu domach tracyjnie gromadzą się koło choinki domownicy i rozpoczyna się „kolędowanie". Jedna po drugiej płyną stare kolędy, śpiewane szczerym sercem, jak kto umie. Choinka mieni się i błyszczy, w świetle jej wszystko przyjmuje niecodzienne kształty. Zaczyna się obdarowywanie wzajemne. Każde z dzieci ogląda swe prezenty, potem zaczyna się porównywanie podarunków. Ale co to? Co to świeci się obok choinki. — Szopka, prawdziwa szopka, ze sceną, pięknie wyklejona z kolorowego papieru, a obok w dużym wazonie niby różnobarwne kwiaty, pęk kukiełek umocowanych na patykach. Jest tam i Anioł, i pasterze, i król Herod srogi, i pan Twardowski, i krakowiacy, i górale, i dziadek z torbą. Już samo oglądanie tyle radości sprawia! a cóż będzie, gdy kukiełki te przemówią z małej scenki? Szopka ta w domu zrobiona, kukiełki mamusia ubrała, pamiętając chwile radości z lat dziecinnych, gdy z szopką przyszli kolędnicy. Nie trudna to rzecz i każda matka przy odrobinie dobrej woli może swym dzieciom zrobić, choćby bardzo skromną szopeczkę, a dodając co roku po kilka kukiełek, powiększać ją i ozdabiać. Znam całkiem duże dzieci, które zawsze z nową radością witają swą szopkę pod choinką, badając co nowego w tym roku przybyło.

H. Rostafińska-Choynowska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *P. A. Nowickiej.* Nie podała nam Pani, niestety, czy dziecko karmione jest piersią, czy sztucznie. Pięciomiesięczne niemowlę powinno otrzymać sześć posiłków w ciągu dnia, po 150 g na porcję. W tym pięć razy karmienie piersią, względnie mieszanką o składzie: 2 części mleka, 1 część kleju owsianego + 1½ łyż. od herb. cukru na porcję, oraz jeden raz zupa na smaku z jarzyn i jarzyna: ta ostatnia w ilości sześciu łyżeczek od herbaty dziennie. Soki z jarzyn lub owoców powinno dziecko otrzymać w ilości sześciu łyżeczek od herbaty dziennie. Odbijanie, które u dziecka pojawia się, gdy jest ono trzymane w pozycji pionowej, zależy od tego, że dziecko podczas jedzenia połyka powietrze.

2. *Pani H. Ostrowskiej.* Waga synka Pani jest nieco poniżej normy. Być może, że powodem tego jest za mała ilość jedzenia. Podaje nam Pani, że ostatnio ma Pani bardzo mało pokarmu, mały zaś często krzyczy; ponieważ istnieje niewielki niedobór wagi, przeto nasuwa nam się podejrzenie, że dziecko jest głodne. Trzymiesięczne niemowlę powinno otrzymać sześć posiłków dziennie po 150 g na porcję. Jeżeli mały wysysa jedynie około 20 g pokarmu na porcję, należy brakującą do 150 g ilość uzupełnić mieszanką o składzie następującym: 2 części mleka, 1 część kleju owsianego + 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki. Ponieważ dotychczas dawała Pani dziecku bardzo znacznie rozcieńczone mleko, przeto radzimy zacząć podawać początkowo mieszankę o składzie mleko:klej 1:1, a po tym stopniowo w ciągu kilku dni przejść na mieszankę mocniejszą (mleko:klej — 2:1), Sposób. w jaki Pani gotuje mleko, jest dobry. Poza tym należy zacząć podawać dziecku soki z jarzyn (marchew), lub owoców w ilościach stopniowo wzrastających do sześciu łyżeczek od herbaty dziennie. Ten sposób odżywiania powinien dziecku zapewnić prawidłowy rozwój. O wymiotach, o których nam Pani pisze, trudno nam się wypowiedzieć na odległość, czy jest to zwykłe odlewanie, czy istotne wymioty. Najlepiej byłoby, żeby dziecko mógł obserwować przez pewien czas lekarz. Skoro jednak napotyka to na tak znaczne trudności, radzimy spróbować podawać dziecku pożywienie chłodne. Być może że to zahamuje wymioty. Z listu Pani wynika, że u dziecka powstała przepuklina pępkowa. Powinna być ona zaklejona przylepcem, który po kilku dniach jest zmieniany. Czy Pani sama potrafi przylepiec taki nałożyć? Najlepiej gdyby to Pani pokazał lekarz.

Bandażowanie brzuszka jest bezcelowe i utrudnia dziecku oddychanie. Kąpanie dziecka jeden raz dziennie zupełnie wystarczy. Częściej nie należy tego wykonywać, gdyż nie należy męczyć dziecka, a kąpiel jest zabiegiem męczącym niemowlę. Spacery powinny odbywać się na otwartych przestrzeniach, gdyż poza świeżym powietrzem, niezmiernie ważnym czynnikiem w rozwoju dziecka są promienie pozafiołkowe. Trzymanie dziecka na oszklonej werandzie jest słuszne tylko podczas słoty. Bladość dziecka może być spowodowana niedostatecznym wystawianiem go na działanie promieni słonecznych. Na wszystkie Pani wątpliwości i pytania odpowiedzieć od razu nie możemy, z powodu braku miejsca. Polecamy natomiast gorąco nabycie jakiegoś poradnika dla matek, np. Dr Mogilnickiego, Dr Cieszyńskiego, lub Dr Iszory.

3. *Pani. K. Ciecholurskiej.* Jarzynkę dziecko powino otrzymywać obecnie w ilości sześciu łyżeczek od herbaty dziennie. Lepiej podawać ją osobno, aby przyzwyczajać stopniowo dziecko do spożywania pokarmów o konsystencji papkowatej. Brakujące ilości pokarmu należy uzupełniać mieszanką, którą Pani obecnie stosuje. Dziecko powinno otrzymywać sześć posiłków po 150 g w tym jeden raz zupę na smaku z jarzyn i jarzynę. Gdyby dziecko miało wolne stolce, jak to się niejednokrotnie zdarzało, należy do mieszanki, zamiast cukru, używać Maltonu Klawego lub Nutromaltu Wandera, oraz klej owsiany zastąpić ryżowym. Zaniepokoiła nas wzmianka o dolegliwościach, na które Pani swojego czasu cierpiała. Należy koniecznie zasięgnąć rady lekarza ze względu na dobro Pani i dziecka.

4. *„Matce Grażynki".* W przypadku Pani córeczki walkę z częstym moczeniem się dziecka należy prowadzić za pomocą środków wychowawczych. Nie należy bić dziecka. należy je natomiast często wysadzać i pilnować. Co do drugiego zapytania Pani, to radzimy nie brać sobie tak bardzo do serca przeczytanego przez Panią artykułu, geniusz bowiem rozwija się najczęściej samorzutnie.

5. *Pani Stanisławie Warońskiej.* Dieta 9-miesięcznego dziecka (do roku) odżywianego sztucznie przedstawia się następująco: pięć posiłków dziennie po 180—200 gr na porcję Z tego trzy razy pełne mleko + dwie łyżeczki mąki sucharczanej, kaszy manny, tapioki lub mondaminy + 2 łyżeczki cukru, oraz dwa razy zupa na wyciągu z jarzyn lub na mięsie (kura, kostki cielęce) + jeden raz jarzyna (osiem łyżeczek od herbaty dziennie). Mięsa nie należy jeszcze dawa.ć Zamiast kompotów należy dawać jabłko przecierane, surowe. Wartość kompotu jest bowiem bardzo znikoma, soki z jarzyn lub owoców w ilości ośmiu łyżeczek od herbaty dziennie. Odstawianie od piersi należy przeprowadzić stopniowo, tak. by około roku — dziecko było zupełnie od piersi odstawione. Po skończonym roku dziecko otrzymuje 4 posiłki dziennie.